

« Le Centre de l'Être »
“Propos de Karlfried Graf Dürckheim
recueillis par Jacques Castermane”

Jacques Castermane
Éditions Albin Michel © 1992



Le chemin, l'amour, l'érotisme et la sexualité

Dans beaucoup de couples le ciment qui maintient les partenaires ensemble est la sexualité. Les deux n'en sont pas conscients mais il n'y a pas encore dans ce cas de relation personnelle, de relation qui vous engage en tant que personne. Bien souvent il y a ces amitiés amoureuses où rien ne se passe si on ne peut pas tout le temps s'embrasser. Autour de ça il y a des enveloppes, des légitimations, mais en réalité il n'y a que la sexualité qui compte. Et sans la relation sexuelle il n'y a rien qui se passe. Alors c'est ennuyeux et on s'embrasse de nouveau ! Dans une rencontre entre deux personnes, c'est bien différent. La vie est loin d'être ennuyeuse, elle est au contraire pleine de promesses. Et le point d'orgue est alors la rencontre sexuelle.

Nous devons faire la distinction entre puissance et sentiment. Ainsi l'amour, la sexualité, la haine, la colère, un sentiment de justice peuvent vous envahir d'une telle façon que ce n'est plus un sentiment. Dans les traditions anciennes nos ancêtres ont su que la sexualité était une puissance transcendante. Elle était projetée sur l'image d'un dieu. Chaque année les grandes orgies étaient dédiées au “dieu Phallus” par exemple. Et dans ces fêtes le partenaire n'était pas tellement important.

p. 191

Le Centre de l'Être

Aujourd'hui c'est le partenaire, qui, en tant que personne, est le plus important. Mais nous avons réduit ce qui représentait une puissance transcendante, à un instinct.

Grâce aux travaux de C. G. Jung, on recommence à envisager la réalité de ces puissances. Dans la rencontre avec une autre personne nous devons nous demander dans quelle mesure nous ne sommes pas envahis par une puissance, qu'elle soit bonne ou mauvaise, qu'elle soit dirigée dans le sens du bien ou du mal. Le "moi" peut être envahi par une puissance transcendante et l'homme ne sait plus ce qu'il fait ! Il devient cette puissance et n'a plus de liberté, de libre arbitre. Ainsi peut-on être à ce point en colère contre quelqu'un qu'on le tue ! Pour ensuite se dire « Mais qu'est-ce que j'ai fait ? Ce n'est pas moi ! » Vous avez raison de dire « Ce n'est pas "moi" ! ...c'est vrai, *ce n'est pas vous homme conscient, mais cette puissance présente dans votre inconscient l'a fait pour vous.* Pendant la guerre, dans les tranchées, j'ai vu des soldats faire des actions qui dépassent les forces humaines. Ils étaient pris par ces puissances inconscientes. Ces puissances sont, dans leurs manifestations, positives ou négatives. Négatif me semble être ce qui détruit la vie, positif est ce qui fait éclater la vie. Tout ce qui déchire et détruit les formes vivantes est négatif. *"Mais tout ce qui détruit les formes qui étouffent la Vie est positif" !!* C'est ainsi qu'une révolution comme celle que nous avons connue en mai 68 peut être positive, parce qu'elle renverse ce qui étouffe l'Être, ce qui étouffe la vie intérieure de l'être humain emprisonné dans des organisations sans âme. Sur le chemin c'est la puissance des forces de l'Être qui élargit votre horizon, qui vous élargit et vous met dans votre grandeur. Le devoir de l'homme est de reconnaître ces puissances, que leur caractère vous apparaisse comme positif ou négatif, et de les intégrer.

p. 192



Nous sommes des êtres vivants. Cela veut dire que nous sommes portés, nourris, formés par la vie, par les puissances de la Vie. La Vie nous fait vivre sans notre collaboration. Et pourtant un jour nous devons nous demander ce que cela veut dire.

En même temps il nous faut accepter que bien qu'il soit habité par ces puissances

l'homme n'est pas un surhomme. Pris par ces puissances, il peut aboutir à une performance extraordinaire et le lendemain il peut avoir un rhume ou une grippe !

Un danger est de s'imaginer que si on fait la méditation chaque jour on n'aura plus de grippe ou de bronchite. Celui qui pratique la méditation témoigne de la maturité à laquelle l'exercice a pu le conduire en acceptant sa bronchite. Il faut bien l'accepter puisqu'elle est là ! Chaque fois que j'ai une bronchite je peux m'apercevoir que je n'étais pas en ordre. Mais c'est ça le chemin, c'est reconnaître un peu plus vite que nous ne sommes pas en ordre.

Maintenant je dois ajouter que si quelqu'un pratique la méditation régulièrement, il a la chance de se débarrasser plus rapidement de son rhume. Parce qu'on ne peut pas vous reprocher de recevoir un rhume mais on peut vous reprocher de ne rien faire pour vous en débarrasser !

Ici encore deux attitudes sont fausses. L'une, c'est l'idée du surhomme, toujours en ordre, toujours en bonne santé. L'autre, c'est le droit au désordre, à l'abandon, qui est le piège dans lequel tombent bon nombre de jeunes aujourd'hui. Et là *je me sens capable de tout comprendre mais pas de tout pardonner*.

Lorsqu'un couple a des difficultés, l'un ou l'autre parle de la différence des caractères qui lui semble être la source de ces difficultés. Cependant, s'ils se souviennent du début de leur rencontre, ce sont exactement ces différences...

p. 193

... de caractère qui les ont poussés l'un vers l'autre, qui les ont attirés l'un vers l'autre ! Bien souvent les deux projettent dans la vision de l'autre un agrandissement de ses qualités. Ainsi, par exemple, la femme voit chez l'homme une masculinité qui manquait chez les hommes qu'elle avait connus auparavant. Et l'homme voit chez la femme une envergure transcendante à travers ses mille facettes.

La fascination rend compte de tout le côté de soi-même qu'il faut développer. Côté inconscient qui attend d'être touché. C'est ce que Jung appelle l'anima chez l'homme et "l'animus" chez la femme. L'*anima* et "l'*animus*" font qu'on projette sur l'autre un ensemble de qualités qu'on est soi-même. C'est parfois tellement fort que si on perd l'autre on a l'impression qu'on va mourir.

Ça ne veut pas dire que l'autre soit sans qualités. Mais les qualités de l'autre sont agrandies par la projection de ses propres qualités. Ces qualités qui sont projetées font partie de l'Être essentiel. Elles attendent de s'intégrer au "moi" existentiel.

Dans l'inconscient de l'homme comme dans l'inconscient de la femme il y a l'archétype de la mère, de la « grande-Mère ». C'est le grand féminin qui est très attractif et pour l'homme, et pour la femme. C'est le principe de la « grande-Mère » avalante. Tous les marins sont attirés par le chant des sirènes. Votre propre mère peut représenter cet archétype, c'est la mère dominante qui ne vous lâche jamais même si vous avez soixante ans et elle quatre-vingts. J'ai ici une femme qui m'explique qu'elle est en train de couper une relation avec un homme parce que, enfin, elle trouve la force de se séparer. Et elle me raconte un rêve qu'elle a fait quelques jours plus tôt. Dans ce rêve elle se voit en tant qu'homme qui se couche avec sa mère de la...

p.194

...même façon que le coq prend la poule ! C'est un rêve assez étonnant qui rappelle ce qu'on dit dans le langage énigmatique de l'alchimie où, sur le chemin de son individuation, l'homme doit se coucher avec sa mère afin de devenir homme. A la fin de ce rêve, cette femme s'éveille et se sent autre. On peut comprendre qu'après ce rêve, cette femme trouve la force de se séparer de cet homme. Parce que sans doute elle projetait son côté masculin sur lui. Et ce qui la fascinait chez cet homme, c'était son côté masculin à elle. Dans ce rêve, elle intégrait son côté masculin et le système de la projection s'écroulait. Et la voilà indépendante, libre. Ce qui pourrait donner une autre base à sa relation avec cet homme, si lui est assez mûr pour avoir devant lui une femme indépendante. C'est en tout cas une toute nouvelle situation pour elle vis-à-vis d'elle-même et vis-à-vis des autres.

QUE VEUT DIRE “ELLE M'AIME”, “IL M'AIME” ?

L'amour véritable est bien difficile à définir. On ne peut pas définir l'amour en disant : c'est sexuel, c'est l'érotisme, c'est la compréhension, c'est la fidélité, c'est... !

L'amour c'est encore bien autre chose. C'est ce que j'appelle volontiers le « Grand Troisième »*.

L'amour véritable peut se révéler dans des instants de déception, dans des moments de tristesse. Un amour peut se révéler au moment même où il est mis en question. C'est au moment même où vous êtes déçu que vous reconnaissez combien vous aimez l'autre !

Il ne faut jamais confondre aimer et avoir bon cœur. Lorsque j'entends dire de quelqu'un : « Si vous saviez comme il a bon cœur », cela veut toujours dire qu'il est...

(* ...la “troisième conscience”, cette intelligence d'un autre ordre qui, tel le plomb changé en or, émerge du feu de la relation de couple incarnée et travaillée dans une certaine dimension de service. “Nous sommes disciples du cœur l'un de l'autre”.

Richard et Kathy Moss)

p. 195

...encore accroché à quelque chose qu'il ne peut pas lâcher ! Vous entendez souvent dire « C'est très touchant comme cet homme a bon cœur. » Très certainement cela fait partie d'une phase du développement humain. Mais avoir bon cœur ne fait pas encore partie de ce que j'appelle le chemin initiatique.

C'est pourquoi sur le chemin initiatique, l'amour du maître est bien différent de l'amour de la mère. Et il arrive que le maître semble dur pour celui qui est encore accroché à sa maman. Parce que le maître ne s'adresse plus au “moi” existentiel qui souffre et qui aimerait être caressé et mis à l'abri. Le maître sur le chemin initiatique s'adresse à l'homme d'une façon qui bien souvent est cruelle pour le moi existentiel.

Il y a dans cette façon d'envisager l'amour une rencontre avec l'autre qui est bien autre chose que la rencontre avec le petit bonhomme qui souffre parce qu'il a perdu quelque chose ou parce qu'il a eu un malheur. Le maître est touché par la souffrance de l'autre, mais pas par la souffrance du petit ego. Il est touché par la souffrance de l'Être essentiel. Et l'Être essentiel souffre du fait que “l'ego” l'étouffe avec ses souffrances existentielles !

C'est pourquoi notre travail sur le chemin peut parfois sembler cruel. Ce qui justifie et légitime cette rigueur est la prise de conscience des forces universelles qui s'enracinent dans l'Être essentiel et permettent une nouvelle personnalisation.

Dans l'amour pour l'autre, il ne faut pas confondre l'engagement en tant que personne et l'engagement en tant que personne privée. Ainsi, votre engagement en tant que personne ne doit pas vous obliger à vous suicider avec celui qui se suicide afin de lui prouver que vous avez compris sa souffrance et que vous l'aimez !

Nous devons être disponibles pour tout le monde dans un sens personnel, mais pas dans un sens privé. Votre...

p. 196

...engagement dans un sens privé peut être limité à une ou deux personnes dans le monde. Sur un plan essentiel, aimer c'est être là d'une telle façon qu'émane de vous une force créatrice pour tout ce qui vous entoure.

L'EXPRESSION DE LA MATURITÉ DANS LA VIE DE COUPLE

Dans la mesure où on mûrit on doit demander à sa compagne ou à son compagnon de ne rien vous épargner. J'ai eu la chance d'avoir à côté de moi une femme qui n'a jamais laissé passer la moindre chose. Elle me secouait et ne m'a jamais laissé m'arrêter un seul instant. C'était magnifique ! Et j'avais vraiment besoin de ça parce que, comme pour la plupart d'entre nous, dès que quelque chose marche assez bien il y a le risque de s'endormir. Il faut toujours dire à l'autre ce qui ne va pas. C'est cela qui le maintient en chemin. Mais souvent, parce qu'on sait qu'on va faire mal à l'autre, on tombe dans le piège du diable qui dit « Tout doit rester dans l'harmonie ! » Et, sous ce prétexte d'harmonie, tout le monde commence à mentir. Par contre, dès que la vérité est posée au milieu des deux, la vie devient une aventure et pas un bon coin chaud où on s'endort !!

La relation doit être envisagée sous l'exigence de la réalisation du véritable Soi. L'amour, c'est l'union de deux êtres séparés. Dans cette union, les deux se perdent, sans quoi il n'y a pas d'union véritable. Mais quel est le sens de cette union ? Ce n'est pas de la retrouver encore et encore mais de se retrouver soi-même sur un plan plus profond. Le sens de l'union est de trouver la solution à la...

p. 197

...souffrance de la séparation. Mais pour celui qui est en chemin, ce qui importe et représente la richesse à venir c'est le Soi. Parce qu'on ne peut se donner à l'autre que dans la mesure où on est soi-même quelqu'un. Jusqu'à pouvoir dire à son compagnon ou à sa compagne « je suis moi parce que toi tu es toi. » C'est ainsi que les deux développent l'union et que l'union développe les deux. Ce qui provoque parfois des surprises, parce que aucun des deux ne sait encore vraiment qui il est et qui il va devenir. Mais c'est ça la vie, Dieu merci !

Dans le couple, c'est de méditer la fin de la relation, quelle qu'en soit la raison, qui permet de maintenir une liberté fructueuse. La vie a un sens à travers la mort. Considérée par le moi existentiel comme l'ennemi par excellence, la mort est au fond l'amie qui vous prend par la main pour vous conduire sur le seuil d'une vie plus grande.

Il en est ainsi pour les grandes expériences de l'Être dont je parle. Sans ce passage par le néant, il n'y a pas de découverte d'une autre réalité. Ainsi, toute notre vie devient une préparation à la mort. Cela en apprenant à lâcher prise.

Si vous êtes un avec une chose qui vous appartient et que vous considérez comme vôtre, vous en séparer c'est vous séparer d'une peau qui fait partie de vous-même. C'est déjà une petite mort. Pour celui qui est en chemin, ce qui est agréable ou désagréable, ce qui fait plaisir ou ce qui fait souffrir, n'a d'autre sens que de fortifier le noyau intérieur.

Si l'être que vous aimez le plus au monde disparaît, il y a tout d'abord une déchirure totale. Mais si vous ne tombez pas dans l'hystérie, si votre noyau personnel n'est pas remplacé par l'état dans lequel vous vous trouvez, alors vous aurez la chance de vous sentir dans un ordre...

p. 198

...extraordinaire. Les états émotionnels en eux-mêmes sont une matière de travail. Comme de la terre glaise qu'il faut prendre en main et qu'il faut travailler pour que s'opère la transformation. Bien entendu il y a des états qui vous font sortir de vous-même, qui vous mettent en l'air ! Mais tant que nous le pouvons, nous avons quelque chose à faire avec ces états pleins d'émotions et il faut éviter de se laisser emporter. Il est même très important pour celui qui est en chemin de ne pas se laisser prendre par ces forces émotionnelles. Les prendre en main et les travailler donne une personne différente. Pour cela il est nécessaire d'accepter tout ce qui se présente. Si ce crayon est là sur le bureau je dois tout simplement accepter qu'il soit là ! Sans quoi je ne pourrai rien faire de créatif avec lui !

Sans cesse le moi doit mourir à ce à quoi il est attaché afin de pouvoir mûrir et de se développer. C'est un point de vue qui n'a pas de limites. Le lâcher-prise élimine les obstacles au développement intérieur.

Lorsque j'étais au Japon j'avais écrit un petit livre sur La Logique de la vie. J'y expliquais que la logique de la vie est différente de la logique des choses. Après quoi un philosophe japonais est venu me voir pour me dire : « Comment est-il possible d'écrire un livre sur la vie sans un seul mot sur la mort ? » C'était vraiment curieux, ma façon de voir en ce temps-là... vraiment curieux !

ET POUR CELUI QUI EST EN CHEMIN ?

Il est important de distinguer érotisme et sexualité. C'est la relation entre la lettre “i” et le point qui surplombe cette lettre. Le “i” c'est l'érotisme, le “point” c'est la sexualité. L'amour intègre et la lettre et...

p. 199

...le point. Mais on trace d'abord la lettre, ce qui prend un certain temps, et puis, tout naturellement vient le point.



L'art, dans cette relation entre érotisme et sexualité, est de combiner la distance qui nous permet de maîtriser la situation et cela avec la possibilité de se donner sans réserve.

Il faut reconnaître tout d'abord ce qui différencie l'homme de la femme. Pour l'homme, la sexualité commence là où la femme lui dit : « Maintenant, viens ! » Pour l'homme, il est souvent difficile d'attendre cette invitation, il risque toujours d'être emporté par son désir, par son moi naturel. Dans ce cas, bien souvent la femme se force ou fait semblant afin de ne pas faire mal à son compagnon, mais il y a là quelque chose qui n'est pas juste. Dès que l'homme est pris par le désir, il y a quelque chose en lui qui voudrait éclater le plus vite possible. Aussi le jeu érotique exige une certaine discipline. Il est dans la nature masculine de vouloir tout et tout de suite. Aussi la femme a une responsabilité importante qui est de faire comprendre ce qu'elle ne veut pas. Dernièrement une jeune fille me dit : « D'un côté je ne voudrais pas être prise par mes instincts, mais d'un autre côté je ne veux pas non plus suivre ce que dit maman... que faire ? » Je lui ai répondu qu'il y a encore une troisième voix, celle qui dit : « Fais-le, bien que ta mère ne le veuille pas... », et qui dit en même temps : « Ne le fais pas, même si tes instincts le demandent. » J'ai expliqué à cette jeune fille qu'elle doit avoir le courage de faire comprendre à son ami ce qu'elle ne veut pas. Si elle veut un baiser sur la bouche, alors qu'elle le fasse. Si elle ne veut pas que son ami pose la main sur sa poitrine, alors qu'elle lui donne une petite tape sur la main pour qu'il s'arrête. C'est dans ce cadre qu'elle va trouver sa liberté vis-à-vis de sa mère et vis-à-vis des instincts. Mais le malheur dans la relation érotique, c'est que la femme ne parle pas. Elle n'ose pas donner des...

p. 200

...signes de ce qu'elle aime, ce qui peut changer d'une semaine à l'autre. Souvent encore une éducation sévère l'a enfermée dans une fausse chasteté. Il y a là bien souvent de grandes difficultés chez beaucoup de couples. Soit que l'homme n'ose pas s'avancer, soit que sa compagne n'ose pas dire oui parce que déjà une fois elle a dit non ! Et cela remplit, petit à petit, un sac plein de reproches, de non-dits. J'en ai vu des situations dramatiques ! Combien d'hommes prennent une maîtresse pour vivre ce qu'ils n'osent pas vivre avec leur épouse.

Selon la personne, le couple, la situation, il y a des réponses particulières. Combien de femmes j'ai entendues dire : « Mon Dieu, si seulement mon mari avait plus de courage ! » Dans d'autres couples, c'est la femme qui est trop timide. Et ainsi, très souvent, parce qu'ils n'osent pas et refoulent le désir sexuel, l'homme et la femme tombent dans un état de nervosité, d'agitation, qui les éloignent de leur être profond.

Il faut voir que dans l'amour véritable, il y a une qualité transcendante qui se mêle à l'intensité de l'orgasme. La relation entre la vie sexuelle et le chemin intérieur est fonction du degré de maturité de chaque personne. Il serait ridicule de croire que pour les jeunes la relation érotique et sexuelle soit contraire au chemin. Au contraire, ça fait partie de leur âge, de leur développement, de leur maturation.

Pour un couple en chemin, c'est dans l'acte lui-même et après celui-ci qu'ils savent toujours si ce qu'ils ont vécu est juste ou non par rapport au chemin. Il est des jours où ce que vous vivez vous conduit à une plénitude totale. Et une autre fois, la façon de l'avoir fait conduit à ce qui n'est pas tout à fait bien. C'est là, que la femme dit très justement à son compagnon : « Écoute, je dois te dire que je n'aime pas tes yeux, ton regard. » Ce regard froid qui est l'expression de la jouissance animale.

p. 201

Il y a aussi des déviations comme le sexe en groupe. J'ai parfois l'impression que ceux qui s'adonnent à cette curieuse pratique ont trouvé là une autre façon d'être ensemble qui remplace la chance de prendre une tasse de thé avec d'autres ! Ce n'est simplement pas intéressant. Mais ce que je trouve intéressant c'est de voir que des jeunes filles et des jeunes gens qui ont participé à de telles manifestations peuvent, trois ou quatre semaines plus tard, tomber amoureux comme dans les anciens temps, d'une façon très romantique.

La sexualité est une puissance qui s'empare de nous. L'art, c'est-à-dire la façon dont nous répondons à cette puissance, est le résultat de la relation entre cette force qui ne vient pas de nous et la façon de la canaliser. Nous pouvons la laisser éclater sur le plan animal mais nous pouvons aussi en faire un chef-d'œuvre. L'amour est le filtre transformateur de cette puissance supra-personnelle.

L'amour, c'est la chaleur dont a besoin chaque fleur pour vivre et se développer. Sans cette chaleur, sans cet amour, il n'y a pas de croissance possible. L'amour est cette atmosphère, cette ambiance, dans laquelle peut vraiment se développer l'être humain. La matière première de cette ambiance particulière est la qualité du numineux*. Je vois dans l'Éros le Saint-Esprit de la nature.

Pour l'homme, une technique d'éveil au numineux est la caresse. La caresse est le

geste d'amour qui éveille notre être profond. Mais, pour beaucoup, la caresse a perdu son sens profond aujourd'hui. Nous devons comprendre, d'autant plus si nous sommes en chemin, que la caresse est ce geste qui nous met dans notre peau et nous permet même de dépasser celle-ci. L'érotisme sans la caresse devient la sexualité. Combien de couples âgés j'ai pu aider en leur parlant ainsi ! Parce qu'il n'y a plus chez eux cette exigence sexuelle qui caractérise les plus jeunes. Mais...

*"numineux" dérivé du latin "numen" ou l'expression du sacré dans la conjonction paradoxale des opposés d'une expérience personnelle du « tout autre », hors de la saisie du mental, dans l'archétype et dynamiques puissantes de l'inconscient.

p. 202

...c'est dans la caresse que s'incarne la tendresse. Il n'y a là rien de fort, d'intense. C'est au contraire très doux. Et c'est cette douceur qui éveille l'être profond. Alors qu'une

expérience sexuelle très intense peut rester très superficielle.

Refuser l'érotisme et la sexualité est un refus de la Grande Vie dans son aspect de plénitude et dans son élan vers l'unité. Il est curieux que le désir sexuel qui a sa source dans la Vie elle-même doive être pour ainsi dire refoulé au profit de valeurs humaines dites spirituelles !!

La question, pour l'homme qui est en chemin, est de savoir comment répondre à cet appel. Est-ce en restant sur le plan de l'animal ou en s'élevant sur le plan de la personne ? Mais voilà qu'il paraît, encore de nos jours, que dans la mesure où vous restez sur le plan de l'animal c'est plus ou moins légitime ! Mais si vous ajoutez ce que l'animal ne peut pas faire c'est plus ou moins interdit et il vous faut le confesser ! C'est une curieuse façon de voir l'homme dans son rapport à l'Être. C'est la forme, par et dans laquelle cet appel trouve une réponse, qui distingue l'homme de l'animal. La jouissance est au fond la façon pour l'Être, présent dans notre Être essentiel, de devenir conscient de lui-même dans la conscience de l'homme. Dans la jouissance égoцентриque l'homme devient conscient de l'Être dans son aspect de plénitude. Mais en même temps, il y a quelque chose à vivre ensemble. Et dans ce dialogue, c'est ce qui dépasse ce que l'animal peut faire qui différencie l'être humain. Et pas le contraire.

Ce qu'une femme aime est exactement ce qu'une autre n'aime pas ; ce qui satisfait un homme est exactement ce qui empêche un autre de s'ouvrir. La responsabilité de chacun est d'écouter, d'entendre, et alors... on s'entend.

p. 203

Dans le couple, il faut soigner la relation sexuelle. Il est important de toujours garder un certain recul. Ainsi, il ne faut pas chercher l'orgasme trop vite. Ce moment doit chaque fois rester une surprise et doit rester le sommet d'une rencontre. Il est bien de rester à une certaine distance, d'entrer dans la tendresse à travers la caresse et puis, si Dieu veut, l'orgasme vient aussi.

Le danger chez des êtres passionnés est d'aller trop vite. Ce n'est pas dramatique mais c'est dommage parce qu'en vivant la sexualité de cette manière on élimine le

sacré et la chance d'une expérience du numineux. C'est en ce point que l'homme est différent de l'animal. Heureusement, plus nombreux sont aujourd'hui les hommes et les femmes qui se sentent responsables vis-à-vis de cette puissance qui ne peut pas être assimilée seulement à la dimension de l'instinct. Et c'est l'homme, grâce à son esprit qui le distingue de l'animal, qui peut faire face à cette puissance. Si cette puissance se marie avec l'homme, il y a la chance d'une expérience numineuse.

La sexualité est une source de malentendus extraordinaires chez beaucoup de couples. En Occident, nous sommes des barbares sur ce plan, personne n'est vraiment éduqué. D'abord, on n'en parle pas ! Dans la plupart des couples, on a honte de parler. Pendant des années, l'homme autant que la femme auraient envie de quelque chose mais ils ne se risquent pas à le demander. On n'ose pas faire un signe à l'autre pour lui faire savoir ce qu'on aime ou ce qu'on n'aime pas. On a peur de ce qui fait du bien. On a peur de demander plus ou moins. Et cela met un voile et parfois même un couvercle sur la vie sexuelle du couple. Tout ce que vous mettez sous un couvercle devient sombre. Si vous enlevez le couvercle, tout devient clair. Et le sexe, l'érotisme, devient alors une source de joie et peut même...

p. 205

...aboutir à une expérience numineuse. Parce que dans tout ce qui est érotisme il y a quelque chose de transcendant. Mais aujourd'hui nous voyons une véritable désacralisation de l'érotisme et du sexe. J'entends des gens dire que ce qui empêche la jouissance sexuelle, ce sont les sentiments d'amour ! Dans ce cas naturellement tout devient faux. Bien entendu, la jouissance sexuelle sans amour existe, mais si vous dites qu'il faut se débarrasser de ce sentiment bourgeois qu'on appelle l'amour pour jouir du sexe comme un animal, il y a fausse route.

A l'inverse, nous devons savoir que dans l'amour il n'est rien qui ne soit pas permis. Il y a parfois des perversions malades, ce n'est pas ce dont je parle ici. Mais il y a pour beaucoup de personnes des attitudes, des gestes, qui semblent pervers et qui ne le sont en rien. C'est le danger en Occident de considérer comme pervers tout ce qui distingue l'érotisme humain de la sexualité animale. J'ai parfois l'impression que si l'homme se comporte comme un animal, c'est permis, mais s'il fait ce que l'animal ne fait pas, c'est pervers. C'est donc ridicule, parce que la fantaisie érotique fait partie de l'homme et est naturelle.

Il n'y a pas longtemps que, peu avant sa mort, une femme me dit « Je suis coupable vis-à-vis de mon mari. Parce que depuis vingt ans il me demande lorsque nous avons une relation sexuelle si c'est beau. Et je lui ai toujours répondu oui. Or, ce n'était jamais beau, parce qu'il allait toujours trop vite et je ne trouvais jamais le courage de le lui dire. Ainsi, je l'ai empêché de devenir un homme. »

Je crois que si on s'ouvre à l'érotisme d'une façon tout à fait naturelle et si on reste dans l'amour pour l'autre, il restera toujours que dans l'union qu'on qualifie de physique on se retrouvera en tant que personne. Et dans...

p. 205

...ce qu'on appelle “faire l'amour”, une expression que je n'aime pas parce qu'il ne s'agit pas d'un “faire” mais d'une “rencontre” entre deux personnes, il y a la chance

d'une personnalisation perpétuelle. Pour moi, l'érotisme et la sexualité représentent le chemin de l'union entre deux personnes. Parce que l'amour indique toujours une situation de deux qui se sentent un au fond. Dans la séparation ils souffrent. Et pour se libérer de cette souffrance ils ont le désir de s'embrasser.

On peut se demander quel est le sens de l'union ? Est-ce l'union ou est-ce la personnalisation ?

Si l'union est vraie, elle vous avale complètement. Et c'est précisément en prenant le risque d'entrer complètement dans l'union, de vous perdre entièrement, que vous en revenez homme nouveau. C'est ce profond renouvellement qui donne sa justification à l'amour qu'on appelle physique : union pour l'homme comme pour l'animal mais personnalisation pour l'homme et pas pour l'animal. Si, dans la vie du couple, vous envisagez votre partenaire sans union physique alors, jusqu'à un certain point de votre développement intérieur, il y a quelque chose de faux dans le ménage.

Je crois vraiment que la sexualité et l'érotisme représentent une grande chance pour l'homme d'apprendre à se donner entièrement, d'être capable de se perdre entièrement sur le plan de l'ego. Ce qui est souvent plus facile pour la femme que pour l'homme. D'ailleurs, consciemment ou inconsciemment, beaucoup de femmes reprochent à leur mari qu'il ne sait pas se donner. « Tu me donnes tout, mais toi tu ne te donnes pas. Tu me fais des cadeaux, mais toi tu restes à l'écart. Tu me fais l'amour, mais toi tu ne te donnes pas. C'est comme si tu avais peur de te perdre ! »

p. 206

J'explique aux hommes que je rencontre qu'il y a là pour eux une grande chance de se perdre entièrement. Ce qui, bien entendu, présuppose une grande confiance pour sa partenaire.

Le sexe est le sexe et l'amour est l'amour ! Vous ne pouvez pas entrer dans une relation physique comme vous pourriez faire des recherches scientifiques sur un objet. Mais c'est ce que beaucoup font et alors tout est gâché ! Ils lisent des livres, ils appliquent des recettes, ils apprennent des techniques... malheureusement ! Et la chance d'une rencontre entre deux personnes sur un plan très profond devient une recherche objective d'une grande superficialité.

De nombreux couples souhaitent cheminer. En même temps, ils voudraient un ménage tout à fait normal. La vie tourne alors autour d'un noyau tout à fait naturel et, à côté de ça, il y a encore la spiritualité qui est là comme un couronnement de la nature !

Or le chemin est une fidélité de tous les instants à l'Être. Je pourrais même dire que celui qui est fidèle à l'Être ne souffre plus de l'existence. Parce que dans la mesure où vous êtes un avec votre Être essentiel, vous êtes au-delà des opposés, au-delà des contradictions. J'ajoute immédiatement que c'est impossible, que personne ne peut rester dans cette unité. En même temps, j'insiste pour dire que c'est possible pour une heure, un jour ou quelques semaines. Ces moments privilégiés nous donnent une direction sur le chemin.

La vie du couple est le rapport entre les exigences du chemin (auquel on assimile le plan spirituel), les nécessités quotidiennes et les plaisirs naturels.

Ce que chacun doit chercher, c'est l'état d'être dans l'Être. Mais pour cela la rencontre des deux, dans la sexualité, exige certaines conditions. Il me semble important, par exemple, que les deux passent ensemble une...

p. 207

...demi-journée en se comprenant. Et cette rencontre, finalement, aboutit au fait de tomber dans les bras de l'autre. Mais l'homme, souvent différent de la femme, va dire : « Attends un peu, j'ai encore une lettre à écrire et puis je viens ! » Après quoi il peut revenir à sa compagne d'un moment à l'autre ! C'est terrible, mais j'entends que c'est ainsi pour un grand nombre d'hommes.

Tant d'hommes ne savent pas que la femme a besoin pour se donner de quelqu'un qui l'aime. De quelqu'un qui lui dise : « Comme tu es belle aujourd'hui ! » Lorsqu'un homme m'avoue qu'il est très difficile de dire ces mots, je lui réponds que si c'est si difficile il doit prendre sa bouche en main pour qu'elle le dise quand même ! Il me semble important que l'homme donne une heure à sa compagne, se donne pendant une heure à sa compagne. Qu'il fasse une promenade et qu'il la prenne par le bras pour lui montrer que son cœur s'ouvre. Une autre fois, il est beau de lire quelque chose ensemble. Il ne s'agit pas de jouer aux amoureux mais de devenir des personnes qui s'aiment. Cependant, l'homme éprouve souvent une résistance. C'est comme s'il avait peur de ce qui pourrait le mettre dans les mains de l'autre, comme s'il avait peur d'être avalé. Tant de femmes me disent : « Mon mari embrasse facilement mais il a peur d'être embrassé. » A croire que l'homme a peur de perdre sa tête, de perdre sa raison.

Lorsque vous dites à votre compagne : « Comme tu es belle », cela traduit que vous la voyez dans son Être. Et l'organe qui vous permet de la voir dans son Être, c'est votre Être. Il n'y a encore rien de sexuel là-dedans mais c'est cette attitude qui peut vous conduire à une expérience de l'Être dans la relation sexuelle.

L'homme a souvent l'impression que s'il ne fait pas l'amour tout de suite, il n'y a encore rien dans la relation. Pour la femme c'est bien différent. Ce n'est pas qu'elle...

p. 208

...n'en éprouve pas le besoin mais elle a besoin de temps. Et si la demande de l'homme est trop rapide, elle ne peut tout simplement pas répondre. De plus, l'homme est capable de faire l'amour sans amour. Il est pris par une force naturelle qui demande son dû. Et sa compagne devient alors la proie d'un fauve. La réflexion de l'homme pris par le désir est simple : « J'en ai besoin, ça fait du bien, ça ne fait pas de mal à l'autre, alors pourquoi pas ? »

Mais pour la femme, chaque fois qu'elle fait l'amour, il y a la présence de la mort parce qu'il y a l'opportunité d'une nouvelle vie, la possibilité de concevoir un enfant. Et ce n'est pas la pilule et autres contraceptifs qui changent quelque chose à la psychologie de la femme. Pour l'homme, c'est bien différent, il ne connaît rien de cette mort. Par contre, pour chaque femme, plus ou moins consciemment, cette mort est présente dans l'acte d'amour lui-même. Aussi bien nous devons comprendre que la femme ne peut se donner que grâce à un état d'être qui supporte cette mort et cette naissance. Je vois chaque jour combien chaque femme est marquée à vie par le

premier homme auquel elle s'est donnée. Si c'est un vaurien qui s'est emparé d'elle, c'est vraiment terrible, d'autant plus que cette marque, si elle n'est pas consciente, est présente dans l'inconscient.

Parlant de l'inconscient, je trouve que la psychologie d'aujourd'hui creuse toujours beaucoup trop dans ce qui est noir, dans ce qui ne doit pas être, au lieu de souligner ce qui pourrait être. Le travail sur les contenus de l'inconscient doit nous ouvrir à ce que nous pouvons réaliser.

L'amour ! Dans l'amour il y a vous, l'autre et l'union des deux. C'est cette union des deux qui transcende les deux.



Ayant fait l'amour, il arrive que les deux se...

p. 209

Le chemin, l'amour... !

...regardent. Et ce regard est comme le cadeau de ce qu'on a vécu. Dans ce regard des deux qui ont été ensemble, l'œil gagne une profondeur extraordinaire. Dans ce regard, il y a un moment d'union profonde... c'est un moment d'éveil de la profondeur.

p. 210

« Ce sont les petites choses qui ont besoin de nous. Parce que nous leur insufflons les anneaux de la vie. Pour cela, plein d'amour, prenez mes mains, comme si, sans nous, toute chose restait seule à la fin. »

Karlfried Graf Dürckheim

p. 211
